



# OCIO AMBIENTAL INTERGENERACIONAL Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO<sup>1</sup>

## INTERGENERATIONAL ENVIRONMENTAL LEISURE AND ACTIVE AGING

*Rosa Ana Alonso Ruiz<sup>a</sup>, María Ángeles Valdemoros San Emeterio<sup>a\*</sup>  
y José Manuel Martínez Villar<sup>a</sup>*

Fechas de recepción y aceptación: 11 de abril de 2021 y 13 de junio de 2021

DOI: [https://doi.org/10.46583/edetania\\_2021.60.853](https://doi.org/10.46583/edetania_2021.60.853)

*Resumen:* Las experiencias de ocio ambiental-ecológico compartidas entre abuelos<sup>2</sup> y nietos poseen el potencial de contribuir al bienestar físico, emocional y social de los mayores y, por ende, de beneficiar el envejecimiento activo. El objetivo fue examinar, desde la percepción de los abuelos, la contribución de las actividades de ocio ambiental-ecológico compartidas con sus nietos al bienestar físico, emocional y social para el fomento del envejecimiento activo. La muestra estuvo compuesta por 350 abuelos con niños de 6 a 12 años de la zona norte de España. Los resultados evidenciaron que un 78,2 % de los abuelos practicaban este tipo de

<sup>a</sup> Facultad de Educación. Universidad de la Rioja.

\* Correspondencia: Universidad de la Rioja. Departamento de Ciencias de la Educación. Calle Luis de Ulloa, 2. 26004 Logroño. La Rioja. España.

E-mail: [maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es](mailto:maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es)

<sup>1</sup> El texto que se presenta se vincula a la investigación “Ocio y bienestar en clave intergeneracional: de la cotidianidad familiar a la innovación social en las redes abuelos-nietos” (EDU2017-85642-R) [años 2017-2020], y es fundamento de la actual investigación “Ocio intergeneracional en el marco de la nueva normalidad. Educación, oportunidades y desafíos” (PID2020-119438RB-I00) [años 2021-2024]; ambas cofinanciadas en el marco del Plan Nacional I+D+I con cargo a dos ayudas del Ministerio de Ciencia e Innovación.

<sup>2</sup> A lo largo del documento se intentará utilizar un lenguaje inclusivo, si bien “en aplicación de la Ley 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, toda referencia a cargos, personas o colectivos incluida en este documento en masculino se entenderá que incluye tanto a mujeres como a hombres”.



ocio con sus nietos y que las actividades más realizadas fueron los viajes, las excursiones y el cuidado de plantas y/o huerto. Al comparar a quienes comparten este tipo de ocio con aquellos que no lo hacen, se descubre que los primeros perciben en mayor grado una mejora de su forma física, más diversión y disfrute, un incremento de su creatividad y de sus destrezas manuales; pero no estiman en mayor medida que esta práctica mejore la relación con sus nietos. Estos hallazgos intensifican la importancia de fomentar este tipo de ocio por viabilizar prácticas seguras en tiempos de pandemia que contribuyen al envejecimiento activo.

*Palabras clave:* ocio ambiental-ecológico, relaciones intergeneracionales, bienestar, envejecimiento activo, pandemia.

*Abstract:* The experiences of environmental-ecological leisure shared between grandparents and grandchildren have the potential to contribute to the physical, psychological, emotional and social well-being of the elderly and, therefore, to benefit active aging. The objective was to examine, from the perception of the elderly, the contribution to physical, emotional and social well-being to promote active aging, of the environmental-ecological leisure activities shared with their grandchildren. The sample consisted of 350 grandparents with children from 6 to 12 years old from the north of Spain. The results showed that 78.2 % of the grandparents practiced this type of leisure with their grandchildren and that the most carried out activities were trips, excursions and the care of plants and / or orchards. Comparing those who share this type of leisure with those who do not, it is discovered that the former perceive to a greater degree an improvement in their physical form, more fun and enjoyment, an increase in their creativity and manual skills; but they do not consider to a greater extent that this practice improves the relationship with their grandchildren. These findings intensify the importance of promoting this type of leisure to enable safe practices in times of pandemic that contribute to active aging.

*Keywords:* environmental-ecological leisure, intergenerational relationships, wellness, active aging, pandemic.

## 1. INTRODUCCIÓN

El ocio es un derecho de todas las personas, origen de fortaleza y valor social y personal (Aristegui y Silvestre, 2012; Cuenca, 2013) que abarca múltiples dimensiones: lúdica, creativa, festiva, ambiental-ecológica y solidaria, y facilita el desarrollo de vivencias libres, satisfactorias y valiosas (Cuenca, 2016). En este sentido, el ocio valioso se considera “una experiencia humana integral, es decir, total, compleja (direccional y multidimensional), centrada en actuaciones queridas (libres, satisfactorias), autotélicas (con un fin en sí mismas) y personales, con implicaciones individuales y sociales” (Cuenca, 2006, p. 14).



La dimensión ambiental-ecológica es definida como “una manifestación específica de ocio caracterizada por la vivencia de experiencias satisfactorias motivadas por el contexto, en el sentido de estar en un lugar y/o un ambiente” (Cuenca, 2016, p. 13). Esta dimensión se vincula con experiencias relacionadas con el medio físico y el entorno natural, tales como el cuidado de huertos y animales, las excursiones y los viajes, o la caza y la pesca, entre otras, y favorece en gran medida el desarrollo de la persona tanto a nivel individual y social como sostenible.

Los cambios estructurales, personales y laborales acaecidos en las últimas décadas en nuestra sociedad, unidos a un aumento de la esperanza de vida, han propiciado un incremento de la presencia de los abuelos en la vida de sus nietos (Coall y Hertwig, 2010; Kim, Kang y Johnson-Motoyama, 2017), y han pasado a ser grandes referentes familiares (Attar-Schwartz, Tan y Buchanan, 2009; González y de la Fuente, 2007; Sanz, Valdemoros, Ponce de León, Alonso y Sáenz de Jubera, 2020).

Estudios previos ratifican que las experiencias de ocio ambiental ecológico, compartidas entre nietos y abuelos, aportan múltiples beneficios para los participantes en un contexto natural y flexible (Becerril y Bores, 2019; Castell, 2020; Ponce de León, Valdemoros, Sanz, Sáenz de Jubera y Alonso, 2021; Yoo y Russell, 2020).

Asimismo, la Agenda 2030 (Asamblea General de las Naciones Unidas, 2015; Gobierno de España, 2018) establece un conjunto de objetivos de desarrollo sostenible recogidos en un plan de acción, que adoptaron todos los estados miembros en 2015, con la finalidad de lograr una mayor igualdad entre las personas, proteger nuestro planeta y, en definitiva, garantizar un futuro sostenible para todos.

Son cuestiones que justifican el interés por desarrollar acciones ambientales-ecológicas, en el marco del ocio intergeneracional, como un derecho humano fundamental que contribuye al enriquecimiento de las relaciones entre abuelos y nietos, así como al aprecio y disfrute de la naturaleza y, por ende, a su cuidado.

En la actualidad, la COVID-19 ha alterado las experiencias de ocio entre abuelos y nietos, fundamentalmente por la situación de riesgo y vulnerabilidad en la que se encuentran las personas mayores, lo que ha obligado a adoptar medidas de prevención que han limitado el desarrollo de estas vivencias. Ello



exige la búsqueda de alternativas que posibiliten el disfrute de ocio intergeneracional de forma segura, siendo las actividades ambientales-ecológicas una opción facilitadora de estos necesarios encuentros, dado que muchas de ellas pueden experimentarse bien al aire libre, bien en espacios amplios, lo que ayuda a respetar las medidas de seguridad recomendadas para poner freno a la situación de pandemia.

## 2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La literatura científica ha demostrado que las experiencias de ocio ambiental, desarrolladas de forma regular, contribuyen al bienestar físico y emocional, y aumentan la satisfacción de quienes las practican (Castell, 2020; Rodríguez, Ramírez y Alarcón, 2019; Ried, 2015).

Diferentes estudios (Cuenca, 2000; D' amore, 2016; Izenstark y Ebata, 2017; Wynveen, Kyle, Absher y Theodori, 2011) corroboran que se trata de acciones que promueven el desarrollo sostenible, al favorecer el uso responsable de los recursos naturales y el disfrute del medio ambiente y los contextos naturales como hecho en sí mismo, más allá de las actividades que se realicen, lo que lleva a disfrutar, relajarse y recrearse en los espacios naturales, así como a adquirir aprendizajes que favorecen un comportamiento proambiental.

Las relaciones abuelos-nietos reportan múltiples beneficios para ambas generaciones. A los mayores les proporciona vitalidad, satisfacción e ilusión, y les ayuda a prevenir enfermedades de carácter emocional y mental, ya que incrementan su autoestima y motivación (Aranda, 2013; MacCallum et al., 2006; Martínez de Miguel, Escarbajal y Moreno, 2012); todo ello contribuye a un envejecimiento activo y satisfactorio que les facilitará la adaptación a los cambios propios del paso del tiempo, así como hacer frente a las dificultades que se puedan presentar (Alonso, Sáenz de Jubera y Sanz, 2020; Larrain, Zegers y Orellana, 2019; Castell, 2020; Triadó, 2018; Villar, 2013). Para los nietos, la relación con sus abuelos incrementa la probabilidad de que sean físicamente más activos en la edad adulta (Dadvand et al., 2015; Laaksoharju, Rappe y Kaivola, 2012) y aumenta la autoconfianza y autoestima, la tolerancia a la frustración, el optimismo y la prevención de hábitos nocivos (Díaz, Pérez



y Ortega, 2020; Hilbrand, Coall, Gerstorff y Hertwig, 2017; Labuiga, 2016; Martínez de Miguel, Moreno y Escarbajal, 2017).

Con relación al tema objeto de estudio, Driver y Bruns (1999) y Cuenca (2014) afirman que las actividades y experiencias de ocio ambiental-ecológico intergeneracional aportan beneficios físicos y/o fisiológicos, como la mejora de la salud y la condición física, así como otros beneficios vinculados a la salud mental y emocional, como favorecer la comunicación interpersonal, la adquisición de nuevos aprendizajes, conocimientos, destrezas y habilidades (sociales, motoras y cognitivas), la memoria y la creatividad, la motricidad y coordinación corporal, así como el autocontrol y la autoestima. Además, ayudan a evitar el aislamiento y previenen la adquisición de hábitos nocivos (Álvarez, Cala y Riaño, 2019; Martínez, 2017), aportando un conjunto de beneficios sociales que repercuten en la integración personal y en el bienestar familiar y laboral de los sujetos.

Los huertos familiares, por ejemplo, poseen el potencial para transformar la gestión de los recursos, el espacio y la socialización, lo que genera un aprendizaje intergeneracional (García et al., 2017; Hake, 2017). Incluyen actividades que crean comunidad y vínculos promotores de responsabilidad y empatía hacia el hábitat natural (Esteban y Amador, 2020; Jamieson, 2016).

Por otra parte, el *Libro Blanco del Envejecimiento Activo* (Instituto de Mayores y Servicios Sociales y Ministerio de Sanidad, 2011, p. 16), siguiendo a la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2002), define envejecimiento activo como “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”. Se enfatiza que dicho envejecimiento sea satisfactorio, significativo y con sentido para el sujeto (Kleiber, Walker y Mannell, 2011; Nimrod y Janke, 2012; Monteagudo, Cuenca Amigo y San Salvador del Valle, 2014).

En el colectivo de mayores, el tiempo dedicado al trabajo deja de ser significativo, por lo que el tiempo que dedicarán al ocio tras la jubilación cobrará especial atención (Atchley, 1991; Carpenter y Patterson, 2004). Las experiencias de ocio valioso serán una excelente oportunidad para crear y afianzar estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar de las personas que lo practican, activando su motivación y participación activa (Monteagudo, Cuenca Amigo y San Salvador del Valle, 2014).



Son muchos los autores que manifiestan que las prácticas de ocio valioso impactan positivamente en el envejecimiento activo y satisfactorio, lo que contribuye a la mejora de la calidad de vida (Cuenca, 2014; Kleiber, Walker y Mannell, 2011; Nimrod y Janke, 2012), al beneficiar el bienestar físico (Grant y Kluge, 2012), psicológico (Mannell y Snelgrove, 2012) y social (Heintzman y Patriquin, 2012).

Con esta investigación, se plantean dos hipótesis:

- Los abuelos que practican ocio ambiental-ecológico con sus nietos perciben mayor nivel de bienestar físico, emocional y social que quienes no lo practican y, por ende, la vivencia de un envejecimiento más activo.
- Los abuelos que comparten ocio ambiental-ecológico con sus nietos valoran que dichas experiencias mejoran la relación con los menores.

El objetivo de esta investigación se centra en examinar, desde la percepción de los abuelos, la contribución de las actividades de ocio ambiental-ecológico compartidas con sus nietos al bienestar físico, emocional y social para el fomento del envejecimiento activo.

### 3. MÉTODO

#### 3.1 *Participantes*

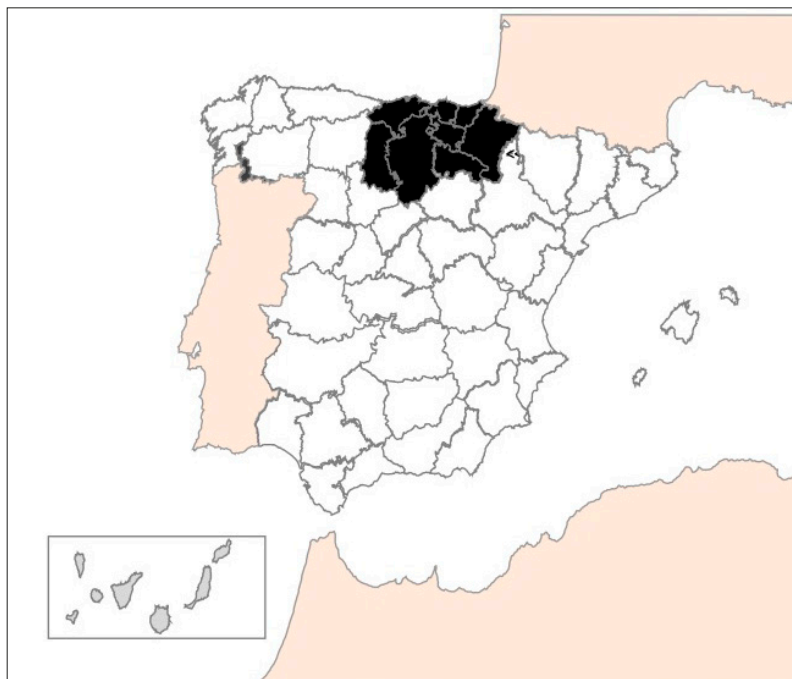
La población objeto de este estudio estuvo constituida por 357 abuelos de niñas y niños de 6 a 12 años residentes en la zona norte de España. Esta zona norte quedó conformada por 8 provincias españolas: Cantabria, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, La Rioja, Navarra, Burgos y Palencia. Se tomó como unidad poblacional los abuelos vivos de cada niño de 6 a 12 años.

En una fase previa, se definió la población de estudio a partir de los datos estadísticos publicados por las consejerías y departamentos de educación de cada comunidad autónoma participante. Los datos recopilados mostraron un tamaño poblacional que ascendió a 250.357 estudiantes de educación primaria en la zona norte de España (figura 1).



FIGURA 1

*Zona norte de España (según áreas Nielsen): Cantabria, Vizcaya, Guipúzcoa, Álava, La Rioja, Navarra, Burgos y Palencia (sombreada en negro)*



*Fuente:* elaboración propia

Estableciendo un error absoluto de 3 % y un nivel de confianza del 95 %, y considerando el supuesto de  $p = q = 0,5$ , el tamaño muestral se estima en 1.075 estudiantes. Con una mortalidad experimental del 1,11% el tamaño muestral definitivo estuvo conformado por 1.063 estudiantes, de los que se obtuvo la muestra de los 357 abuelos que decidieron voluntariamente participar en el estudio.

El 26 % de los abuelos tenía menos de 65 años, el 27 % entre 65 y 69 años, el 25 % entre 70 y 74 años y el 22 % más de 75 años. La mayoría estaba en situación de jubilación (71 %), un 13 % se ocupaba de las tareas del hogar, solo un 9 % se encontraba trabajando (6 % por cuenta propia y 3 % por cuenta ajena), un 4 % era pensionista y un 3 % se hallaba en paro.



### 3.2 Instrumento

Se elaboró un cuestionario *ad hoc* que permitió recoger información relevante para este estudio mediante tres variables:

- Ocio compartido con nietos, variable dicotómica que registró si los participantes comparten algún tipo de actividad de ocio con sus nietos, pudiendo ser cultural, lúdica, festiva, digital, ambiental-ecológica, solidaria y otras. Las categorías establecidas fueron: sí/no.
- Actividades de ocio ambiental compartidas con nietos: es una variable dicotómica que registra si los participantes comparten actividad de ocio ambiental-ecológico con sus nietos. Las categorías establecidas son: sí/no, para las actividades viajar, excursiones, pescar y cazar, cuidar animales, cuidar plantas, cuidar huerto y otros (deportes en la naturaleza, fiestas y tradiciones vinculadas a espacios naturales, etc.).
- Percepción de mejora del bienestar al compartir o no ocio ambiental-ecológico con su(s) nieto(s), en aspectos tales como la forma física y del control de movimientos, el disfrute y la diversión, la creatividad, las habilidades manuales y la relación con sus nietos. La información de esta variable se recoge a través de una escala tipo Likert de 5 puntos sobre el grado de acuerdo o desacuerdo frente a los siguientes enunciados (el valor 1 significa totalmente en desacuerdo y el valor 5 totalmente de acuerdo):
  - Bienestar físico: “El ocio que comparto con mi(s) nieto/a(s) me ayuda a estar en forma, a controlar mejor mis movimientos, mantengo o mejoro mi condición física (soy más fuerte, corro más, etc.)”.
  - Bienestar emocional: “El ocio que comparto con mi(s) nieto/a(s) me ayuda a estar más contento, disfruto haciéndolo, me divierte”.
  - Bienestar emocional: “El ocio que comparto con mi(s) nieto/a(s) me ayuda a ser más creativo”.
  - Bienestar físico: “El ocio que comparto con mi(s) nieto/a(s) me ayuda a desarrollar nuevas destrezas manuales y adquiero o perfecciono habilidades técnicas”.
  - Bienestar social: “El ocio que comparto con mi(s) nieto/a(s) me ayuda a relacionarme mejor con mi(s) nieto/a(s)”.





### 3.3 Procedimiento

Esta investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Universidad de La Rioja (España) el 17 de diciembre de 2019 (código CE\_02\_2019).

La aplicación del cuestionario se realizó entre las abuelas y los abuelos del alumnado de los distintos centros educativos de cada una de las 8 provincias que componen la zona norte del Estado español. Se dio al estudiantado un consentimiento de la investigación para entregar a sus padres, madres y/o tutores legales, donde figuraba información relativa al estudio y en la que debían anotar el contacto del abuelo que deseaba participar en este, para ser entregado en el centro educativo.

Cinco investigadores, debidamente formados, contactaron por teléfono con los abuelos y cumplimentaron el cuestionario según sus testimonios. El tiempo de registro de las preguntas giró en torno a los 30-45 minutos.

### 3.4 Análisis de datos

Mediante el programa estadístico SPSS 23.0 se realizó el análisis de datos en dos fases. En una primera fase, se llevó a cabo un estudio descriptivo que –mediante el estadístico de frecuencia– permitió conocer las actividades de ocio que compartían los abuelos con sus nietos de entre 6 y 12 años, la tipología de actividades de ocio ambiental-ecológico compartidas y la percepción de mejora del bienestar de los abuelos al practicar ocio ambiental-ecológico con su(s) nieto(s).

En la segunda fase se llevó a cabo un análisis inferencial a través de la prueba de Chi-cuadrado ( $\chi^2$ ) con la finalidad de conocer el grado de relación existente entre el bienestar percibido por los abuelos al compartir o no ocio ambiental-ecológico con su(s) nieto(s), en aspectos tales como la forma física y del control de movimientos, el disfrute y la diversión, la creatividad, las habilidades manuales y la relación con sus nietos.

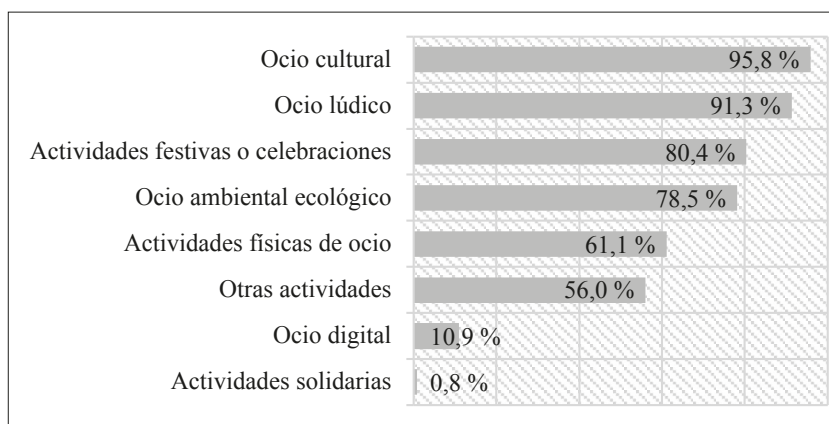
El nivel de significación considerado en todo el estudio fue fijado en  $p < .05$ .



#### 4. RESULTADOS

La totalidad de los abuelos encuestados compartían actividades de ocio con sus nietos, si bien se detectaron porcentajes diversos en función de la tipología de ocio, tal y como refleja la figura 2, ya que había algunas actividades que apenas se compartían, y otras que contaban con amplia presencia.

FIGURA 2  
*Tipo de actividades de ocio compartidas*



*Fuente:* elaboración propia

Algo más del 78 % de la muestra obtenida realizaba alguna actividad de ocio ambiental con sus nietos. Esta cifra sitúa este tipo de ocio en una posición intermedia con respecto a otras tipologías, situándose en unas cifras muy semejantes a las actividades festivas y a cierta distancia porcentual del ocio lúdico y el ocio cultural, categorías casi universales entre los abuelos analizados.

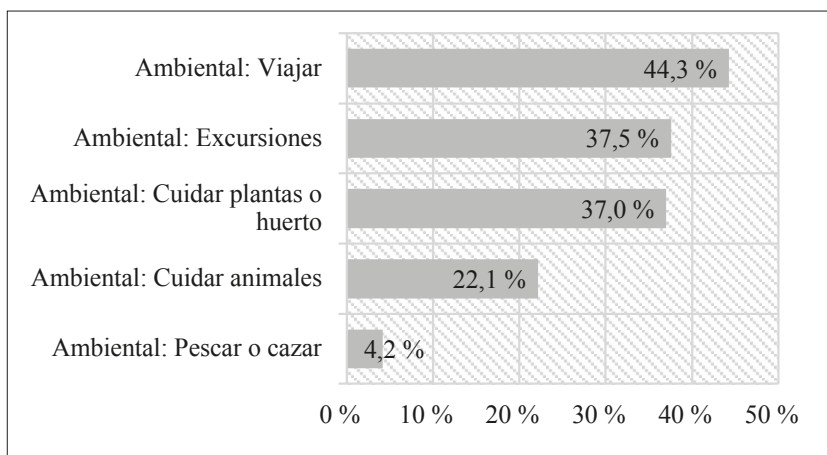
Si atendemos a las actividades menos practicadas, las diferencias son relativamente amplias con respecto a las actividades físicas. El ocio digital y, sobre todo, las actividades solidarias tuvieron una presencia prácticamente residual.

El ocio ambiental no es, pues, el principal tipo de ocio practicado, pero está extendido entre una amplia mayoría de la población, ya que casi 8 de cada 10 abuelos lo llevan a cabo.



En el desglose de las actividades ambientales compartidas se observaron diferencias relevantes (figura 3), siendo viajar la actividad mayoritaria (44 %), seguida de las excursiones y el cuidado de plantas o huertos, que son compartidas con los nietos por algo más de un tercio de los abuelos.

FIGURA 3  
*Actividades compartidas de ocio ambiental*



Fuente: elaboración propia

Como actividades ambientales menos compartidas se situaron el cuidado de los animales (22 %) y la caza o la pesca, que tienen un peso muy escaso, limitándose al 4 % de la población.

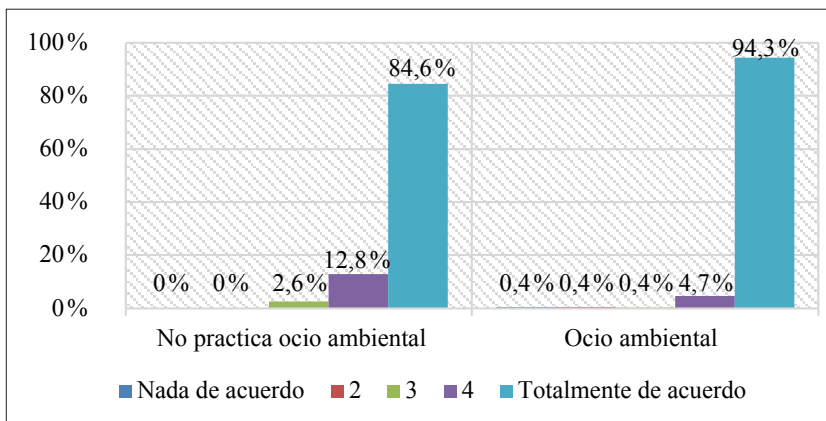
La prueba Chi cuadrado indicó una alta correlación entre la realización o no de ocio ambiental y la percepción por parte de los abuelos de la mejora de sus niveles de satisfacción ( $\chi^2 = 11,006$ ;  $p. = 0,026$ ), su creatividad ( $\chi^2 = 19,851$ ;  $p. = 0,001$ ) y sus destrezas manuales o habilidades técnicas ( $\chi^2 = 22,084$ ;  $p. = 0,000$ ).

En el caso del nivel de satisfacción producido, hay una unanimidad casi total, puesto que casi el 95 % de los abuelos entrevistados indican que las actividades de ocio ambiental compartido les divierten, les ayudan a estar más contentos y disfrutan haciéndolo. Si bien quienes no practican este tipo de



ocio también se muestran muy satisfechos, el porcentaje de abuelos que están completamente de acuerdo es sensiblemente inferior.

FIGURA 4  
*Ocio ambiental. Me ayuda a estar más contento y me divierte*



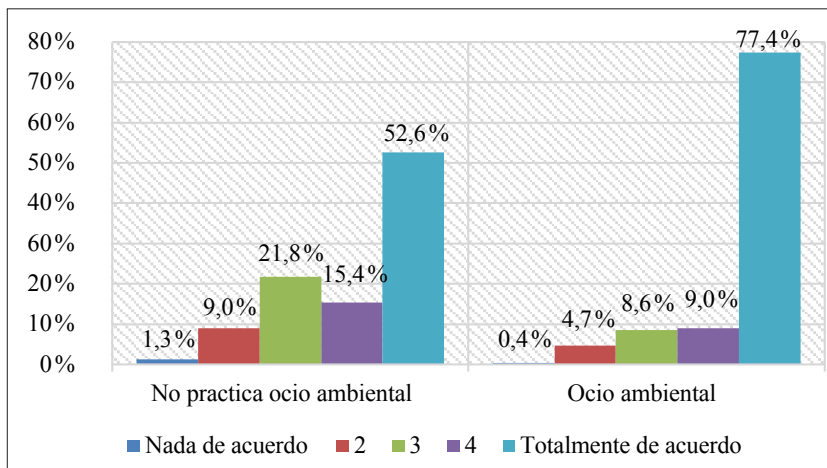
Fuente: elaboración propia

En el caso de la creatividad, las diferencias son claras y perceptibles, dado que el hecho de practicar alguna actividad de ocio ambiental contribuía, en mucha mayor medida, a un incremento de la creatividad. En concreto, el 77 % de las personas que sí comparten experiencias ambientales están completamente de acuerdo con esta cuestión, por apenas el 53 % de las que no las practicaban.

Al igual que en el caso anterior, la mejora de las habilidades técnicas o de las destrezas manuales es muy superior en el caso de compartir ocio ambiental (79 frente al 54 % en el mayor grado de acuerdo), siendo previsible, asimismo, que algunas actividades concretas presenten resultados comparados mucho más claros que otros, debido a su naturaleza manual (por ejemplo, cuidar de plantas o huertos).

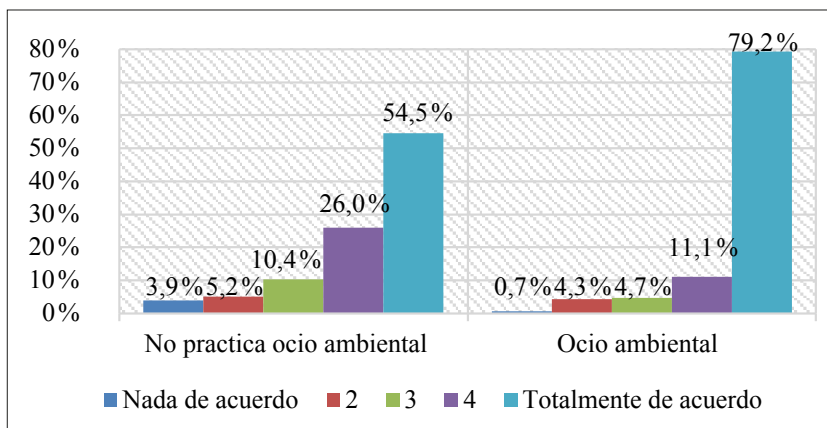


FIGURA 5  
Ocio ambiental. Me ayuda a ser más creativo



Fuente: elaboración propia

FIGURA 6  
Ocio ambiental. Me ayuda a desarrollar destrezas manuales

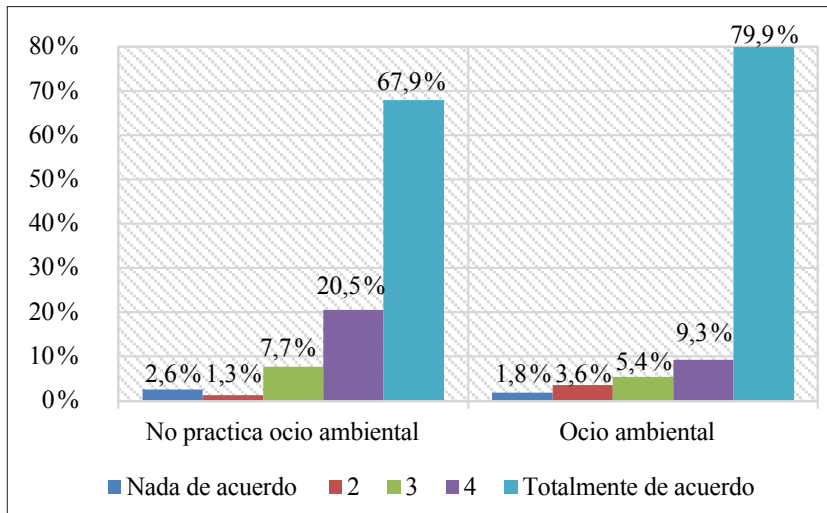


Fuente: elaboración propia



En referencia al aporte de forma física el valor obtenido no es plenamente significativo ( $\chi^2 = 9,414$ ;  $p. = 0,052$ ), si bien los resultados parecen lo suficientemente consistentes como para tenerlo en cuenta.

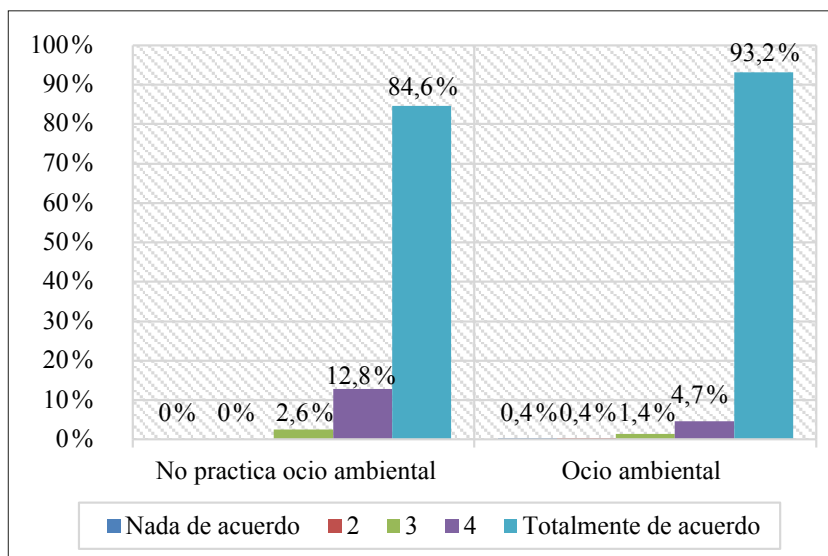
FIGURA 7  
*Ocio ambiental. Me ayuda a estar en forma*



Fuente: elaboración propia

Finalmente, aunque existe cierta diferencia en los resultados presentados, la práctica de ocio ambiental no mejora de forma significativa la relación con los nietos, ya que los resultados han puesto de manifiesto que no existen diferencias significativas entre las respuestas obtenidas por los abuelos que comparten ocio ambiental y los que no lo hacen.

FIGURA 8  
Ocio ambiental. Mejora mis relaciones con mis nietos



Fuente: elaboración propia

## 5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Nuestra investigación pone de manifiesto que las actividades de ocio ambiental-ecológico compartidas por abuelos y nietos ocupan un lugar destacado entre las diferentes tipologías de ocio analizadas, siendo más practicadas que las actividades físicas, digitales y solidarias, obteniendo un protagonismo muy semejante al de las actividades festivas, y a cierta distancia del ocio lúdico y cultural, que se constituyen en las dimensiones más vivenciadas con los nietos entre los abuelos analizados. Hallazgo positivo dadas las virtudes constatadas que reportan las experiencias llevadas a cabo en el entorno de la naturaleza (Becerril y Bores, 2019; Castell, 2020; Yoo y Russell, 2020).

Si descendemos a las distintas actividades ambientales que comparten abuelos y nietos en su tiempo de ocio, destacan como prioritarias viajar, hacer excursiones y cuidar plantas o huertos, lo que se estima como una aportación



valiosa, por tratarse de actividades que generan coaprendizajes y vínculos que inspiran el valor del compromiso y la sensibilidad hacia el medio ambiente (Esteban y Amador, 2020; García et al., 2017; Hake, 2017; Jamieson, 2016).

Por el contrario, las actividades ambientales menos compartidas fueron el cuidado de animales, la caza y la pesca, que obtuvieron un peso muy escaso. Se plantea si esta diferencia podría relacionarse con la zona geográfica en la que se reside, más en concreto, si pudiera vincularse a entornos más urbanos, por lo que sería interesante comprobar este hallazgo en aquellos municipios más rurales.

Los mayores que comparten actividades de ocio ambiental con sus nietos perciben, más claramente que quienes no lo hacen, que se incrementa su diversión, satisfacción y disfrute, que se desarrolla su creatividad y que se perfeccionan sus habilidades técnicas y sus destrezas manuales. Resultados previsibles en actividades concretas, como el cuidado de plantas o huertos, debido a su naturaleza manual, y que sintonizan con estudios previos (Driver y Bruns, 1999; Cuenca, 2014) señalando que este tipo de prácticas aportan importantes beneficios que se traducen en bienestar personal, familiar y comunitario (Álvarez, Cala y Riaño, 2019; Martínez, 2017). Se plantea como prospectiva el interés por comprobar si alguna actividad, en concreto, se vincula con una mayor valoración de mejora en la creatividad.

En referencia a la contribución de esta práctica a la forma física, se obtienen valores suficientemente consistentes como para ser tenidos en consideración, si bien no son plenamente significativos, por lo que debe tomarse con cautela este hallazgo, que no permite afirmar categóricamente que la práctica de ocio ambiental intergeneracional conlleve una mayor valoración de la condición física por parte de los abuelos.

Por último, nuestra investigación asevera que los abuelos que comparten actividades de ocio ambiental no perciben una mejora significativa en la relación con sus nietos, lo que entra parcialmente en conflicto con investigaciones recientes (Álvarez et al., 2019; Heintzman y Patriquin, 2012; Martínez, 2017) que garantizaban una mejora de la interacción entre quienes participaban de estas experiencias.

Se sugiere que esto podría ser debido a que quienes no disfrutaban de ocio medioambiental con sus nietos puedan compartir otras actividades de ocio, de índole cultural, lúdico o festivo, con incidencia positiva en sus relaciones. En





este sentido, se plantea como prospectiva explorar más en detalle el repertorio de ocio compartido de quienes no realizan prácticas de ocio medioambiental.

Así, los hallazgos del presente estudio confirman nuestra primera hipótesis, al verificarse que los mayores que practicaban ocio ambiental-ecológico con sus nietos percibían mayor bienestar físico y emocional que quienes no lo practicaban y, por ende, experimentaban en mayor medida un envejecimiento activo. Pero no sintonizan con la segunda hipótesis de partida, dado que nuestros resultados no han podido constatar que los abuelos que comparten ocio ambiental-ecológico con sus nietos valoren que dichas experiencias mejoren su relación con los menores.

Satisface comprobar el potencial de la dimensión ambiental-ecológica del ocio, cuando es compartida por abuelos y nietos, tanto para el fomento del envejecimiento activo como para la contribución a la calidad de vida (Cuenca, 2014; Kleiber, Walker y Mannell, 2011; Nimrod y Janke, 2012), una vez constatado que favorece el bienestar físico (Grant y Kluge, 2012) y la satisfacción personal (Mannell y Snelgrove, 2012), lo que invita a seguir profundizando en el fomento y adaptación de las actividades de ocio ambiental-ecológico compartidas entre abuelos y nietos, también en tiempos de pandemia.

Como limitación del estudio, se plantea si la deseabilidad social pudo ampliar los argumentos sobre el bienestar percibido por los abuelos, puesto que otras investigaciones confirman que los individuos tienden a incrementar el nivel de satisfacción en sus respuestas cuando existen vínculos afectuosos y emocionales (Caputo, 2015).

## BIBLIOGRAFÍA

- ALONSO, R. A., SÁENZ DE JUBERA, M. y SANZ, E. (2020). Tiempos compartidos entre abuelos y nietos, tiempos de desarrollo personal. *Revista Española de Pedagogía* 78(277), 415-433. DOI: <https://doi.org/10.22550/REP78-3-2020-01>
- ÁLVAREZ, L. V., CALA, K. y RIAÑO, M. (2019). Estilos de personalidad de abuelos cuidadores y prácticas de crianza utilizadas con sus nietos. *Revista Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica* 38(5), 648-652.



- ARANDA, L. (2013). Doubling up: a gift or a shame? Multigenerational household and parental depression of older Europeans. *Social Science & Medicine* 134, 12-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.03.056>
- ARISTEGUI, I. y SILVESTRE, M. (2012). El ocio como valor en la sociedad actual. *Arbor. Ciencia, pensamiento y cultura* 188(754), 283-291. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.3989/arbor.2012.754n2002>
- ASAMBLEA GENERAL DE NACIONES UNIDAS (2015). *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible*.
- ATCHLEY, R.C. (1991). *Social forces in later life* (6.<sup>a</sup> ed.). Wadsworth.
- ATTAR-SCHWARTZ, S., TAN, J. P. y BUCHANAN, A. (2009). Adolescents perspectives on relationships with grandparents: The contribution of adolescent, grandparents, and parent-grandparent relationship variables. *Children and Youth Services Review* 31, 1057-1066. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2009.05.007>
- BECERRIL, R. y BORES, N. (2019). Claves para el diseño de propuestas educativas intergeneracionales a partir de una experiencia de actividad física. *Ágora para la Educación Física y el Deporte* 21, 111-124. Recuperado de: <https://doi.org/10.24197/aefd.0.2019.111-124>
- CAPUTO, A. (2015). La deseabilidad social parece mejorar las medidas de bienestar, pues los individuos tienden a aumentar el grado de satisfacción y felicidad que resulta en artefactos de respuesta y en una seria amenaza para la validez de los datos por autoinforme. *Universitas Psychologica* 16(2), 93-102. DOI: Recuperado de: <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-2.sds>
- CARPENTER, G. y PATTERSON, I. (2004). The leisure perceptions and leisure meanings of a mid-life couple around the time of retirement. *World Leisure Journal* 46(2), 13-25. Recuperado de: <https://doi.org/10.1080/04419057.2004.9674354>
- CASTELL, C. (2020). Naturaleza y salud: una alianza necesaria. *Gaceta Sanitaria* 34(2), 194-196.
- COALL, D. A. y HERTWIG, R. (2010). Grandparental investment: Past, present, and future. *Behavioral and Brain Sciences* 33(1), 1-19. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0140525X09991105>
- CUENCA, M. (2000). *Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*. Universidad de Deusto.



- CUENCA, M. (2006). *Aproximación multidisciplinar a los Estudios de Ocio*. Servicio de Publicaciones. Universidad de Deusto.
- CUENCA, M. (2013). Ocio valioso en tiempos de crisis, en S. Torío et al. (coords.), *La crisis social y el Estado de Bienestar: las respuestas de la Pedagogía social* (pp. 5-20). Servicio de Publicaciones de la Universidad de Oviedo.
- CUENCA, M. (2014). *Ocio Valioso*. Universidad de Deusto.
- CUENCA, M. (2016). *Las culturas del ocio*. Universidad de Deusto.
- DADVAND P., NIEUWENHUIJSEN, M. J., ESNAOLA, M. et al. (2015). Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren. *Proceedings National Academy of Sciences of USA* 112(26), 7937-7942. Recuperado de: <https://doi.org/10.1073/pnas.1503402112>
- D'AMORE, C. (2016). Family nature clubs: An intergenerational opportunity to foster love of the natural world. *Families. Relationships and Societies* 5(3), 431-446. DOI: <https://doi.org/10.1332/204674316X14758471234542>
- DÍAZ, A., PÉREZ, J. y ORTEGA, T. (2020). Relaciones intergeneracionales para un envejecimiento activo y satisfactorio. *Novedades en Población, Número Especial* 91-104.
- DRIVER, B. y BRUNS, D. (1999). Concepts and uses of the benefits approach to leisure, en E. L. Jackson y T. L. Burton (eds.), *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century* (pp. 349-369). Venture.
- ESTEBAN, M. y AMADOR, L. (2020). El huerto social como estrategia para la educación ambiental. *Agricultura Sociedad y Desarrollo* 17(2), 321-347. DOI: <https://doi.org/10.22231/asyd.v17i2.1348>
- GARCÍA, J. C., GUTIÉRREZ, J. G., BALDERAS, M. A. y ARAÚJO, M. R. (2017). Beneficios socioculturales y ambientales de los huertos familiares en el altiplano mexicano. *Bois et Forêts des Tropiques* 329. DOI: <https://doi.org/10.19182/bft2016.329.a31310>
- GONZÁLEZ, J. y DE LA FUENTE, R. (2007). Intergenerational Grandparent/Grandchild Relations. *The Socioeducational Role of Grandparents. Educational Gerontology* 34(1), 67-88. <https://doi.org/10.1080/03601270701763993>
- GRANT, B. C. y KLUGE, M. A. (2012). Leisure and physical well-being, en H. Gibson y J. F. Singleton (eds.), *Leisure and aging. Theory and practice* (pp. 129-142). Human Kinetics.



- HAKE, B. J. (2017). Gardens as Learning Spaces: Intergenerational Learning in Urban Food Gardens. *Journal of Intergenerational Relationships* 15(1), 26-38. DOI: <https://doi.org/10.1080/15350770.2017.1260369>
- HEINTZMAN, P. y PATRIQUIN, E. (2012). Leisure and social and spiritual well-being, en H. Gibson J. y J. F. Singleton (eds.), *Leisure and aging. Theory and practice* (pp. 159-177). Human Kinetics.
- HILBRAND, S., COALL, D., GERSTORF, D. y HERTWIG, R. (2017). Caregiving within and beyond the family is associated with lower mortality for the caregiver: A prospective study. *Evolution and Human Behavior* 38, 397-403. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2016.11.010>
- INSTITUTO DE MAYORES Y SERVICIOS SOCIALES (2011). *Libro Blanco Envejecimiento Activo*. Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.
- IZENSTARK, D. y EBATA, A.T. (2017). The Effects of the Natural Environment on Attention and Family Cohesion: An Experimental Study. *Children, Youth and Environments* 27(2), 93-109. Recuperado de: <https://doi.org/10.7721/chilyoutenvi.27.2.0093>
- JAMIESON, L. (2016). Families, relationships and ‘environment’: (Un)sustainability, climate change and biodiversity loss. *Families, Relationships and Societies* 5(3), 335-355. DOI: <https://doi.org/10.1332/204674316X14758387773007>
- KIM, H. J., KANG, H. y JOHNSON-MOTOYAMA, M. (2017). The psychological well-being of grandparents who provide supplementary grandchild care: A systematic review. *Journal of Family Studies* 23, 118–141. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/13229400.2016.1194306>
- KLEIBER, D. A., WALKER, G. J. y MANNELL, R. C. (2011). *A social psychology of leisure* (2.<sup>a</sup> ed.). Venture Publishing.
- LAAKSOHARJU, T., RAPPE, E. y KAIVOLA, T. (2012). Garden affordances for social learning, play, and for building nature-child relationship. *Urban Forestry & Urban Greening* 11, 195-203. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2012.01.003>
- LABUIGA, I. (2016). Desarrollo psico-socioemocional de la edad: psicología positiva y bienestar en las personas mayores abuelas y abuelos del s. XXI, con niñas y niños del s. XXI. ¿Qué podemos hacer? *International Journal of Developmental and Educational Psychology INFAD Revista de Psicología* 2, 93-102. Recuperado de: <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n2.v1.500>



- LARRAIN, M. E., ZEGERS, B. y ORELLANA, Y. (2019). Generativity and Life Satisfaction in a sample of grandparents from Santiago, Chile. *Terapia psicológica* 37(3), 271-285. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000300271>
- MACCALLUM, J., PALMER, D., WRIGHT, P., CUMMING- POTVIN, W., NORTHCOTE, J., BOOKER, M. y TERO, C. (2006). *Community building through intergenerational exchange programs*. National Youth affairs Research Scheme.
- MANNELL, R. C. y SNELGROVE, R. (2012). Leisure and the psychological well-being and health of older adults, en H. Gibson J. y J. F. Singleton (eds.), *Leisure and aging. Theory and practice* (pp. 143-157). Human Kinetics.
- MARTÍNEZ, A. L. (2017). El rol de agentes educativos en los abuelos del siglo XXI: transmisión de valores y principales factores que influyen en el grado de relación mantenida con sus nietos. *La Razón Histórica. Revista hispanoamericana de Historia de las Ideas* 37, 44-76.
- MARTÍNEZ DE MIGUEL, S., ESCARBAJAL, A. y MORENO, P. (2012). El rol de los abuelos en la relación con sus nietos. Una aproximación cualitativa desde el punto de vista socioeducativo, en G. Pérez (coord.), *Envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: claves para un envejecimiento activo* (pp. 1-35). UNED.
- MARTÍNEZ, S., MORENO, P. y ESCARBAJAL, A. (ed.). (2017). *Envejecimiento activo, programas intergeneracionales y educación social*. Dykinson.
- MONTEAGUDO, M. J., CUENCA AMIGO, J. y SAN SALVADOR DEL VALLE, R. (2014). *Aportaciones del ocio al envejecimiento satisfactorio*. Universidad de Deusto.
- NIMROD, G. y JANKE, M. C. (2012). Leisure across the later life span, en H. Gibson J. y J. F. Singleton (eds.), *Leisure and Aging. Theory and Practice* (pp. 95-109). Human Kinetics.
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2002). Envejecimiento activo: un marco político. *Revista Española en Geriátría y Gerontología* 37(S2), 74-105.
- PONCE DE LEÓN, A., VALDEMOROS, M. A., SANZ, E., SÁENZ DE JUBERA, M. y ALONSO, R. A. (2021). Ocio ambiental-ecológico compartido entre abuelos/as y nietos/as. *Terra* [en prensa].
- RIED, A. (2015). La experiencia de ocio al aire libre en contacto con la Naturaleza, como vivencia restauradora de la relación ser humano-Naturaleza. *Revista Latinoamericana, Polis. Santiago* 14(41), 499-516. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682015000200029>



- RODRÍGUEZ, V., RAMÍREZ, Y. y ALARCÓN, Y. (2019). La dimensión ambiental en las actividades físico-recreativas con el adulto mayor de la comunidad Nuevo Veguitas. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*. Recuperado de: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/07/dimension-ambiental-actividades.html>
- SANZ, E., VALDEMOROS, M. A., PONCE DE LEÓN, A., ALONSO, R. A. y SÁENZ DE JUBERA, M. (2020). Ocio y bienestar en clave intergeneracional, en J. A. Caride, M. B. Caballo y R. Gradaílle, *Tiempos, educación y ocio en una sociedad de redes* (pp. 139-152). Octaedro.
- TRIADÓ, C. (2018). Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje. *Aula abierta* 47(1), 63-66. DOI: <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.63-66>
- VILLAR, F. (2013). Hacerse bien haciendo el bien: la contribución de la generatividad al estudio del buen envejecer. *Informació Psicològica* 104, 39-56.
- WYNVEEN, C., KYLE, G., ABSHER, J. y THEODORI, G. (2011). The meanings associated with varying degrees of attachment to a natural landscape. *Journal of Leisure Research* 43, 290-311.
- YOO, J. y RUSSELL, D.W. (2020). Caring for Grandchildren and Grandparents' Physical and Mental Health Changes. *Journal of Child and Family Studies* 29(3), 845-854. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10826-019-01618-y>

